بهترین مارک روغن زیتون بدون بو | معرفی و مقایسه +۵ برند معتبر

روغن زیتون همیشه به عنوان یکی از سالم‌ترین روغن‌های خوراکی شناخته می‌شود، اما بسیاری از افراد به دلیل طعم و بوی قوی آن از مصرف روزانه‌اش کنار می‌کشند. برای همین، تولیدکنندگان نوعی روغن زیتون بی‌بو یا کم‌بو عرضه کرده‌اند که برای پخت‌وپز، سرخ کردن و استفاده خانوادگی بسیار مناسب است. این نوع روغن به گونه‌ای فرآوری می‌شود که عطر و طعم تند و خام روغن زیتون از بین برود ولی همچنان از نظر ارزش غذایی سالم‌تر از روغن‌های نباتی و مایع معمولی باقی بماند. به همین دلیل در سال‌های اخیر مصرف‌کنندگان به دنبال یافتن بهترین مارک روغن زیتون بدون بو برای مصرف روزانه هستند.

نام برند	توضیح کوتاه
دلفین	بی‌بو، مناسب پخت‌وپز روزانه، تصفیه استاندارد.
اکسیر	طعم ملایم؛ تصفیه نرم برای حفظ بخشی از ترکیبات مفید.
اویلا	در دسترس در فروشگاه‌های زنجیره‌ای؛ پایدار در پخت خانگی.
طبیعت	تعادل قیمت/کیفیت؛ طعم خنثی نزدیک به روغن‌های معمول.
رافینت	تمرکز بر تصفیه؛ شفاف و کاملاً بی‌بو، ثبات حرارتی خوب.
سیرنگ	اقتصادی و مناسب مصرف روزانه با عملکرد قابل قبول.
پاستا (وارداتی ترکیه)	بی‌بو با طعم بسیار نرم؛ گزینه وارداتی با قیمت بالاتر.

بهترین مارک روغن زیتون بدون بو در ایران

۱. روغن زیتون بدون بوی دلفین



dolphinolive_tajrish

۵۳ پست ۴,۴۱۶ دنبال‌کننده

زیتون دلفین
Product/service
انواع زیتون و روغن‌زیتون
از باغ‌های سبز تا خانه‌های گرم شما
خیابان شهرداری, Tehran, Iran
dolphinolive.ir


رضایت شما


روغن زیتون


زیتون


فروشگاه

برند دلفین یکی از تولیدکنندگان معتبر محصولات زیتونی در ایران است که به‌صورت تخصصی در حوزه فرآوری زیتون و روغن‌های خوراکی فعالیت می‌کند. روغن بی‌بو دلفین به‌دلیل فرایند تصفیه استاندارد و طعم ملایم، برای پخت‌وپز روزانه و غذاهای ایرانی بسیار مناسب است. این محصول هنگام حرارت‌دیدن حالت کف‌آلود پیدا نمی‌کند و به‌خوبی با طعم عمومی غذا هماهنگ می‌شود، به‌طوری که حتی کسانی که معمولاً از بوی روغن زیتون خوششان نمی‌آید، می‌توانند آن را استفاده کنند. از نظر بافت و رنگ نیز شفاف و فاقد ته‌نشین است و همین موضوع نشان‌دهنده کیفیت جداسازی ناخالصی‌ها در مرحله تصفیه است.

۲. روغن زیتون بی‌بو اکسیر

اکسیر از برندهای محبوب در حوزه روغن‌های خوراکی ملایم است که طعمی متعادل و سبک ارائه می‌دهد. روغن بدون بوی اکسیر برای خانواده‌هایی مناسب است که می‌خواهند مصرف روغن سالم را افزایش دهند اما همچنان طعم غذا برایشان اهمیت دارد. این برند در تصفیه از روش‌های ملایم‌تری استفاده می‌کند تا بخشی از ترکیبات غذایی مفید همچنان باقی بماند. به همین دلیل برای سالادها، تفت کوتاه و پخت‌وپز سبک انتخاب مناسبی به شمار می‌رود. طعم نرم و لطیف این روغن باعث شده که بدون تغییر ذائقه غذا بتوان از فواید روغن زیتون بهره‌مند شد.

> “Correct storage practices are essential for preserving the original positive characteristics of olive oils and slowing down the oxidation process as much as possible.” International Olive Council+1

ترجمهٔ فارسی: «روش‌های صحیح نگهداری برای حفظ خواص مثبت اولیهٔ روغن‌های زیتون و کاهش سریع فرآیند اکسیداسیون تا حد ممکن ضروری هستند.»

۳. روغن زیتون بدون بوی اویلا

اویلا یکی از برندهای باسابقه در بازار روغن‌های خوراکی است و نسخه بی‌بو روغن زیتون آن کاملاً مناسب آشپزی خانگی است. این روغن در تقریبا تمام فروشگاه‌های زنجیره‌ای در سراسر کشور در دسترس است و همین موضوع انتخاب آن را برای مصرف‌کننده ساده‌تر می‌کند. در روند پخت غذاهایی مانند خورشت‌ها یا سرخ کردن ملایم سبزیجات عملکرد پایداری دارد و نقطه دود مناسبی ارائه می‌دهد. همین ویژگی باعث شده تعداد زیادی از مصرف‌کنندگان، اویلا را اولین تجربه خود از روغن زیتون بی‌بو بدانند و بعد از مدتی مصرف روزانه به آن عادت کنند.

۴. روغن زیتون بی‌بو طبیعت

برند طبیعت بیشتر به دلیل تولید روغن‌های خوراکی ریزبافت شناخته شده است. روغن زیتون بی‌بوی این برند نیز با همان استانداردها تولید می‌شود و از نظر قیمت و کیفیت تعادل خوبی دارد. بسیاری از خانواده‌ها که به دنبال جایگزین سالم برای روغن مایع معمولی هستند، طبیعت را انتخاب می‌کنند چون طعم نهایی غذا هیچ تفاوت محسوسی با حالت قبل پیدا نمی‌کند. بسته‌بندی شفاف و تاریخ تولید قابل پیگیری این محصول نیز خیال مصرف‌کننده را از نظر تازگی راحت می‌کند.

۵. روغن زیتون بدون بوی رافینت

رافینت از برندهایی است که بیشتر روی کیفیت تصفیه تمرکز دارد و به همین دلیل محصول نهایی‌اش بسیار شفاف و بی‌بو است. این روغن برای استفاده در غذاهایی که نیاز به طعم خنثی دارند ایده‌آل است. در مقایسه با برخی برندها، ماندگاری و ثبات حرارتی بیشتری دارد و در استفاده مکرر

روی حرارت ملایم، کیفیت خود را از دست نمی‌دهد. اگر فردی به دنبال روغن زیتون کاملاً بی‌بو باشد، این برند یکی از گزینه‌های حرفه‌ای محسوب می‌شود.

۶. روغن زیتون بی‌بو سیرنگ

سیرنگ بیشتر در دسته اقتصادی قرار می‌گیرد اما همچنان از نظر طعم و بی‌بو بودن عملکرد قابل قبولی ارائه می‌دهد. این برند گزینه‌ای مناسب برای خانواده‌هایی است که مصرف روزانه بالاتری دارند و می‌خواهند هزینه را مدیریت کنند، بدون اینکه به سمت روغن‌های نباتی یا روغن‌های کم‌کیفیت بروند. محصول این برند معمولا برای آشپزی عمومی و استفاده در غذاهای سنتی مثل برنج، خورشت‌ها و حتی تفت‌دادن کوتاه مواد غذایی کافی است.

روغن زیتون بکر

کمیاب‌ترین نوع روغن زیتون بازار

تولید مشابه فرابکر

روند تولید مانند روغن زیتون فرابکر اما کمیاب‌تر در بازار

عطر و طعم قوی‌تر

نسبت به روغن زیتون فرابکر، طعم و عطر غنی‌تری دارد

کاربردهای متنوع

- پخت و پز با مزایای فراوان
- ماساژ درمانی شکم
- استفاده‌های آشپزی تخصصی





روغن زیتون بی‌بو چیست و چه تفاوتی با روغن بکر دارد؟

روغن زیتون بی‌بو از نظر پایه با همان روغن زیتون خالص تهیه می‌شود، اما طی فرآیند تصفیه ملایم یا کامل، ترکیباتی که باعث بو و طعم تند می‌شوند کاهش می‌یابد. در روغن فرابکر، بو و طعم زیتون کاملاً محسوس است؛ ولی در روغن بی‌بو، مزه بسیار ملایم‌تر شده و برای افرادی که حساسیت چشایی دارند یا کودکان در خانه دارند بهتر عمل می‌کند. این تفاوت باعث شده روغن زیتون بدون بو برای آشپزی عمومی، سالادهای سبک و حتی سرخ کردن با حرارت متوسط مناسب باشد.

> “The health benefits of olive oil have been attributed to its antioxidant and anti-inflammatory properties.” Harvard Health+1

ترجمهٔ فارسی: «فواید سلامت روغن زیتون به ویژگی‌های آنتی‌اکسیدانی و ضدالتهابی آن نسبت داده شده است.»

ما در سایت هفت گنج نیز درباره خواص زیتون به این نکته اشاره کرده ایم که:

دفعه دیگر که یک خوراک زیتون را در غذای خود مشاهده می کنید، آن را کنار نگذارید! به یاد داشته باشید که زیتون یکی از میوه های بسیار مشهور در جهان است و در بسیاری از فرهنگ ها بسیار با ارزش است. از مدت ها قبل جوامع ایتالیایی و مدیترانه ای که پیام های زیادی را از زیتون به سراسر جهان رسانده اند، مزایای سلامتی آن به رسمیت شناخته است! چرا که زیتون با قیمت مناسب تر و به راحتی در دسترس ما قرار می گیرد.

نگهداری صحیح روغن زیتون بدون بو

حتی بهترین مارک روغن زیتون بدون بو نیز در صورت نگهداری نادرست کیفیت خود را از دست می‌دهد. باید آن را دور از نور مستقیم و حرارت قرار داد و پس از هر بار استفاده درب آن را محکم بست. ظروف شیشه‌ای تیره نسبت به پلاستیکی یا شفاف ارجح است و باعث می‌شود طول عمر

محصول افزایش یابد. همچنین قرار دادن بطری در کنار گاز یا بالای فر به‌مرور طعم روغن را تغییر می‌دهد.

جمع‌بندی

روغن زیتون بی‌بو راه‌حلی ایده‌آل برای افرادی است که می‌خواهند از مزایای تغذیه‌ای روغن زیتون استفاده کنند اما با طعم خام یا عطر قوی آن کنار نمی‌آیند. در بازار ایران برندهایی مانند دلفین، اکسیر، اویلا، طبیعت، رافینت، سیرنگ و پاستا از نظر طعم ملایم، قابلیت پخت‌وپز و میزان رضایت مشتریان در جایگاه بالاتری قرار دارند. اگر مصرف روزانه دارید و به دنبال انتخابی سالم برای آشپزی هستید، روغن زیتون بی‌بو گزینه‌ای مطمئن و پایدار است.

دیگر مراجع استفاده شده: https://7ganj.ir/بهترین-مارک-روغن-زیتون-بدون-بو-معرفی-و/